La Búsqueda de Sentido

Wendy Altagracia de la Rosa Regalado

Máster en Artes y Educación Intrapersonal, Universidad a Distancia de Madrid

Seminario de Noción de Persona

María Altagracia Sena Rivas

21 de noviembre del 2022

La Búsqueda de Sentido

Soy una mujer de 39 años que, hace un año no sabía que quería y vivía en automático. Sin embargo, este año ha sido de grandes enseñanzas para mí. Realmente no sabía hacia donde iba. Soy responsable, cumplo con todo: trabajo, estudios, familia; mas, no sabía para que vivía. Esto ocasionaba que viviera en constantes depresiones que me agotaban física, mental y espiritualmente. Gracias a Dios, este patrón se rompió y he logrado estar más centrada: tengo metas, me encanta mi trabajo, sé cuán importante soy para las personas que me rodean y, sobre todo, sé lo que quiero y hacia dónde voy.

Hace unos meses soy coordinadora pedagógica, aunque realizo trabajos administrativos. Tengo un montón de trabajo, pero lo realizo a tiempo y con gusto. El trabajo ocupa una posición muy importante, sin embargo, esto no evita que me dedique tiempo a mí y a mi familia. ¡Realmente, disfruto mi vida! Dentro de mi espacio de trabajo tengo momentos que disfruto mucho; ya que, me llevo bien la mayoría de mis compañeros y compañeras. También, mantengo el contacto con los niños: la mayoría me llama tía. Si me estreso suelto todo y me tomo un breve momento para relajarme, ya sea conversando, escuchando música o, simplemente, juego en el teléfono. No soy la principal beneficiaria de la labor que desempeño, pero la disfruto al máximo.

En mi vida yo ocupo el primer lugar y no permito que nada ni nadie ocupe ese lugar; sin embargo, ésto no impide que cumpla con mis obligaciones en todos los ámbitos de mi vida. Cada vez que realizo un

trabajo con eficiencia beneficio mi escuela, pero me place saber que está bien hecho y que lo hice yo. Cada vez que hago algo por mi hija o por mis padres me siento conforme y bien conmigo misma. Por supuesto, todo lo realizo en el momento que considere prudente y conveniente para mí.

Al reflexionar, puedo darme cuenta de que tengo muchas remuneraciones por todo lo que hago. En mi familia, tengo la garantía de su bienestar, que me evita estresarme. En el trabajo, tengo una remuneración económica, pero solo pienso en ella cuando llega el día de pago; ya que es muy satisfactorio para mí lo que hago. Como extra tengo relaciones maravillosas con algunas compañeras (que forman parte de lo laboral y lo personal) y me llevo súper bien con los niños (cada día me sorprenden con travesuras y demostraciones de cariño).

Mi objetivo es ser feliz y lo estoy logrando. Hay cosas en mi vida que debo mejorar, pero cada día avanzo un poco más. He logrado ser mejor persona, más responsable, más empática, menos rabiosa. Hubo una ocasión en la que no aguanté la presión y comencé a ver una

psiquiatra. Después de muchos estudios, solo encontraron irritabilidad en mi cerebro y me indicaron un montón de pastillas. Las tomé por un tiempo, luego las dejé y comencé a atribuirle mi rabia a eso que había en mi cerebro. Pasé muchos años justificándome hasta que me harté de mis excusas y me detuve. En este momento de mi vida afianza mi relación con una amiga y ella se empeñó en ayudarme y aun lo hace.

Soy un refuerzo para mi entorno. Soy un gran soporte donde hábito. Ayudo a que las cosas fluyan con normalidad. Puedo pasar de un capataz a un payaso en cuestión de segundos. Puedo ser tan recta como dejada, siempre y cuando se cumplan los plazos: en la casa, en el trabajo, en la universidad, en las relaciones personales, en las relaciones amorosas, en fin, en todo. Procuro que el trabajo se haga bien y a tiempo, atiendo mi hija, sin impedirle que se valga por ella misma, complazco a mis padres, regaño a mis padres, comparto con mis amigas, aconsejo a mis amigas, resuelvo situaciones por otros. Puedo ser dulce, agria, apática si es necesario. Dejé de querer cambiar al mundo y ahora arreglo el mío. En algunas ocasiones, cargo situaciones ajenas, pero con el simple objetivo de evitar malestares que puedan afectarme directamente.

Todo está bien para mí ahora, Pero, como todo ser humano, tengo situaciones inconclusas colgando por ahí y algunas cosas que aún no tengo claras. Por ejemplo: si fuera a morir mañana no sabría, exactamente, cuál sería mi último deseo. Si se muriera uno de mis padres no sé cómo reaccionaría (ahora mismo me aterra pensarlo). Incluso, si mi hija muriera sé que sería un dolor insoportable, sé que sufriría

muchísimo. Ya me pasó con un bebé que perdí hace un año. Sé que es fuerte¸ pero no sé cómo sería si me falta uno de mis padres.

Otro tema inconcluso es el del amor pasional. Recientemente terminé una relación con la persona que más me ha gustado y que he querido. Es un poco loco, ya que, aún lo quiero. Pasé 5 años de mi vida intentando cambiar lo que no me gustaba de esta persona y creí firmemente que lo lograría. No pasó y me cansé. Estoy dispuesta a quedarme sola el resto de mi vida si no encuentro alguien que me complemente en todos los sentidos, o al menos, en la mayoría. Aquí surge el inconveniente: yo no quiero quedarme sola. Me la paso super bien, mi vida está super; pero, quiero un compañero que me haga bien. Ojalá me toque. Lo bueno de esto es que tengo la conciencia de que atraía lo que yo era.